

PODOMETRES

DW-2026

Podomètre avec 3 fonctions



Caractéristiques :

- Affichage grand écran
- Mode pas : calcul du nombre de pas
- Mode distance : calcul la distance parcourue
- Estimation des calories brûlées
- Pile Lithium 3V LR44

MODE D'EMPLOI

FILM PLASTIQUE PROTECTEUR :

En observant l'écran de votre podomètre vous verrez que celui ci est protégé par un film plastique transparent. Cette pellicule protectrice peut être enlevée, cependant il est conseillé de ne pas la ôter pour ne pas rayer l'écran.

COMMENT UTILISER VOTRE NOUVEAU PODOMETRE?

Presser la touche « RESET » jusqu'à ce que l'afficheur à cristaux liquide (LCD) marque 00000 puis appuyer sur « ON ».
Le podomètre enregistrera chacun de vos pas.
Il a été conçu pour faire un enregistrement qui peut atteindre les 99 999 pas.
Pour faire durer la batterie, l'écran LCD s'éteint automatiquement après quelques minutes de non-utilisation. Pour pouvoir lire l'écran, il suffit d'appuyer sur le bouton « RESET » une seule fois.

PROBLEME	SOLUTION
Tous mes pas ne sont pas enregistrés.	Vérifier que le podomètre soit bien installé et bien serré a mon poignet.
L'écran LCD ne m'indique aucune donnée.	Ma batterie est insuffisante. Je dois la remplacer.
Mon écran est trop obscur. Je ne peux lire les indications.	Mon podomètre est resté trop longtemps exposé à de hautes températures ou directement au soleil. Je dois placer mon podomètre dans de meilleures conditions et ne pas m'inquiéter car mon podomètre continue malgré tout à enregistrer mes pas.

La touche "MODE"

Comme expliqué ci dessus, l'écran affiche le nombre de pas. Pour convertir ce chiffre en « miles », appuyer sur « MODE », pour avoir le résultat en « km » faire pression sur cette même touche une deuxième fois.
Et enfin, en utilisant une troisième fois cette touche vous obtiendrez le nombre de calories brûlées durant l'exercice.

La touche d'ajustement

Pour ceux qui utilisent l'appareil pour connaître le nombre de calories brûlées, il est important d'y insérer votre poids en kilogrammes pour connaître le nombre exact de calories consommées.
1/ Appuyer sur « RESET » pour lire l'écran.
2/ S'assurer que l'afficheur est bien en train d'enregistrer les pas.
3/ Pour calculer votre poids par km, diviser votre poids en kilogrammes par 2.2.
4/ Le résultat sera donc votre poids en kg
5/ Appuyer sur « ADJUST ». Vous notez que le chiffre indiqué par l'afficheur change.
6/ Appuyer sur « RESET » plusieurs fois jusqu'à ce que votre poids approximatif en kg s'affiche.

COMMENT CHANGER LA BATTERIE?

- Le podomètre peut être utilisé plusieurs mois sans changer la pile.
- Lorsque vous souhaitez changer la pile, insérez une pièce de monnaie dans la fente se trouvant dans la partie inférieure du podomètre (voir figure ci-dessous).
- Faire tourner la pièce jusqu'à ce que la couverture plastifiée « saute » vers le haut.
- Utilisez la pointe d'un petit couteau pour pousser la pile en dehors de son métal (voir figure ci-dessous).
- Remettre à sa place le couvercle plastifié en appuyant sur les embouts qui sortent du couvercle et faire pression sur la partie inférieure du plastique.

